Cuidado De La Piel Con Acne Rosaceo - Las 8 Cosas Que Debes Evitar



El acné rosácea y el acné vulgar son cosas totalmente distintas, aunque algunas personas creen que es la misma cosa. El acné vulgar es la forma más común de lesiones en la piel, y muchos productos en el mercado están destinados a tratarlo.

Tristemente, muchos pacientes de rosácea piensan que estos mismos productos son aplicables para el tratamiento de la piel con rosácea. La mayoría de ellos no lo son.

Los medicamentos para tratar el acné común son muy agresivos con la piel irritada. Es muy importante contar con un tratamiento con productos que son suaves y que no irritan la piel inflamada. Algo que ayuda mucho para tratar la rosácea es la niacinamida tópica, que puede reducir la inflamación y el enrojecimiento sin dejar de ser suave en la piel.

Las siguientes son las peores cosas que puedes hacer si tienes acné rosácea.

1. Fumar. El problema del acné rosácea son principalmente los vasos sanguíneos, el fumar puede hacer perjudicial, se sabe tienen un efecto dilatador. Incluso el tabaquismo pasivo puede dañar los vasos sanguíneos, haciéndolos rígidos.

2. Comer comida picante. Esto a menudo da lugar a ataques de asma en personas con acné rosácea.

3. El alcohol y bebidas calientes. El acné rosácea se caracteriza por la dilatación de los vasos sanguíneos y beber esto con regularidad puede empeorar la situación. Además, el alcohol puede afectar negativamente a la glándula suprarrenal creando enrojecimiento permanente de la cara.

4. Ungüentos con base cortisona. El uso de medicamentos con cortisona en la cara provocará ensanchamiento de los vasos sanguíneos ya dilatados. La niacinamida tópica, es más suave y es una alternativa más eficaz dado que es simplemente una forma de vitamina B6, que puede ser utilizada durante largos períodos sin efectos secundarios.

5. Salir al sol sin protector solar. Esto agravará visiblemente el aspecto de la piel roja. El mejor producto para la rosácea contendrá protección solar, tales como dióxido de titanio o el óxido de zinc.

6. Exponerse prolongadamente a temperaturas extremas. Una persona que sufre de piel sensible probablemente experimentará un cierto malestar aun haciendo uso constante de protección solar. Evitar las temperaturas altas y bajas también puede ayudar a aliviar el enrojecimiento.

7. El uso de ciertos productos cosméticos, incluidos los aerosoles para el cabello. La rosácea también puede caracterizarse por una reacción alérgica a ciertos productos químicos utilizados en el maquillaje y laca para el cabello. La sensibilidad varía de persona a persona, por lo que el paciente debe tener cuidado en la elección de los productos cosméticos. A menudo, el alcohol en algunos jabones y cremas puede irritar la piel.

8. Frotar o rascarse. Estos malos hábitos no solo conducen a un mayor enrojecimiento, las bacterias presentes en las manos puede ser transferidas a la cara causando irritación y, si invade las lesiones, seguro causará una infección.